

# 高松市立屋島東小学校で実施した 食育事業活動の実践レポート

～「弁当の日」：保護者と子どもたちの意識の違いについて～

山本義久<sup>\*1,2</sup>・佐藤匡介<sup>\*2</sup>・佐藤真理子<sup>\*2</sup>・中和恵<sup>\*2</sup>・  
入谷玲子<sup>\*2</sup>・山本かおる<sup>\*2</sup>・金集正人<sup>\*3</sup>

A “Bento Day” for dietary education: Dietary education  
activity report from Yashima higashi Primary School  
in Takamatsu

by

Yoshihisa Yamamoto, Kyosuke Satoh, Mariko Satoh, Kazue Naka,  
Reiko Iritani, Kaoru Yamamoto, Masato Kanazume

## 要旨

健康食の意識の高まりの中、平成17(2005)年に政府内閣府により食育基本法が食育を推進するための法律として制定され、現在は農林水産省に推進業務は移管されている。当法律は給食においても食育を推進するものとし、我が国の多様な食文化を基盤にした総合的な取り組みを促している。

本報告では平成23(2011)年度に採択された高松市の『食育』で心と体いきいき事業」において当時高松市立屋島東小学校PTA役員であった筆者らが実施した食育活動の実践活動の一部の「弁当の日」の実践」を紹介する。本活動は、先ず元綾川小学校校長の竹下和男氏による「弁当の日」の講演を聴講し、次に全校実施の当日の給食の代わりになる子ども達が実際に自分の弁当を作る体験を行った。「弁当の日」の活動を通じて、保護者からのアンケート調査を行い考察した。その結果、本対象校の当時の保護者は「弁当の日」の実践は9割が肯定的で、本活動を通じて子どもたちが弁当を作る過程で保護者は子どもたちの様々な可能性を認識した。また子ども達の食事作りに対する可能性は保護者が抱いている認識よりも高いと考えられ、過小評価されていると推察された。

---

\* 1 国立研究開発法人水産研究・教育機構水産大学校水産流通経営学科准教授・下関短期大学非常勤講師

\* 2 元高松市立屋島東小学校PTA役員

\* 3 元高松市立屋島東小学校教頭

キーワード：食育、「弁当の日」、PTA活動

## 1 目的及び背景

給食は戦後の設立当初の不足したエネルギー摂取などの栄養補給の役割を終えて、平成17(2005)年に政府内閣府により食育基本法が食育を推進するための法律として制定され学校給食もその一環であるとされた。それを機会に、給食の役割は現代社会においても食育の観点から子どもたちに食に関する教育の重要性を考える場として重要となっている。しかし、給食は子どもたちにとっては与えられるものであり、実際に食事作りから考え体験できる機会は少ない。一方、近年の我が国は核家族化や個食の拡大に伴い食の変化が近年著しく、コンビニエンスストアやスーパーマーケットの台頭などフードシステム全体も大きく変化している。さらに中食や外食など食の簡便化が進み、自炊の機会そのものが減っている。そのため、買い物等でも小売店利用も減少し、小売店での売買時の副次的な効果である食の双方向的な情報収集の機会についても著しく減少している。自炊の機会やその環境の変化により食の重要性を日常的に考える機会が減少しているのが現実になっている。

今回実践した「弁当の日」は、竹下和男氏が先駆的に企画し実験的な要素が大きいチャレンジ且つ画期的な食育活動であり、各界に大きな波紋を呼び、保護者のみならず、特に実施主体の子どもたちに大きな影響を及ぼした<sup>1,2)</sup>。これらの実践は竹下氏の著書やこの活動の実践者たちの著書に多様な意識改革の事例が紹介されている。それは子どもたちの食を通じた自立への意識改革であると考えられる。また「弁当の日」の影響により高松市での食育の一環として「マイランチ」活動が実施され、本企画も平成23(2011)年度高松市の「『食育』で心と体いきいき事業」の補助金により実施された。今回、本活動の実践活動の事例として香川県高松市立屋島東小学校を対象として「弁当の日」の実践時の保護者のアンケート調査を通じて本活動の影響について把握することを目的に考察するとともに、本調査で明らかになった親子の食事作りに関する意識の違いについて解説した報告である。本報告の内容について第一著者が下関短期大学の校風を踏まえて食を通じた子ども教育の方向性に合致すると考え、寄稿するものである。

## 2 方法

### 2・1 「弁当の日」の講演

「弁当の日」の理解と実施のため、平成23(2011)年11月3日に屋島東小学校30周年記念行事の一環として「弁当の日」を普及している元綾川小学校校長の竹下和男氏を招聘し、講演会を開催した。講演は、全校児童並びにその保護者と教職員が聴講した。

竹下和男氏の講演では、食を通じての親子関係の充実を図るために実践された「弁当の日」の活動の紹介及び実施事例が報告された。その主な内容は、①学校の給食を手作り弁当に変える日を設け、当日の弁当は児童が家族のアドバイスのもとに全て作ることを基本とする（具体的には、弁当の内容の企画、買い物、下準備、調理、弁当箱へのおかず詰め、調理後の片付け、弁当箱洗いの全ての工程を児童が実施する）、②その実施の際の保護者との意識の差による課題の紹介、③「弁当の日」の実施の継続により、児童自らすべて作るお弁当により児童の食に関する意識改革につながったこと、④副次的効果として親子の絆等へも影響する可能性について、であった。また、このチャレンジングな活動は全国各地の学校関係者に広がっている事が報告された。

## 2・2 「弁当の日」の実施

実施対象は屋島東小学校の1～6年生の全児童とし、「弁当の日」の実施は、小学校での児童の「弁当の日」に向けた学習のみならず、保護者への「弁当の日」実施の理解と準備期間として、講演の約3か月後の平成24（2012）年2月6日に行った。

保護者には「弁当の日」実施の理解のため、講演も他のイベント時に実施し、資料配付等を通じて保護者に本企画の趣旨と実施日の連絡を行った。「弁当の日」当日は父兄参観日として学校側に設定してもらい、保護者も「弁当の日」の最終成果の児童の手作り弁当を観察できるように企画した。

小学校の協力のもと、当日の給食の代わりになる自分の弁当を、子どもたちが、当日の朝、登校前に家庭で作る体験とし、昼食時に子どもの弁当の実食などの様子を保護者が観察できるようにし、親子で情報共有した。

また、本企画に対する保護者の意見を集約するために、「弁当の日」実施日に以下の内容の選択方式及び記述方式のアンケート用紙の配付を行った。選択方式は、本企画の実施の可否（大変良い、概ね良い、問題あり、どちらでもない）と適正実施学年（5～6年、3～4年以上、全学年）の項目とした。記述方式は、(1)「弁当の日」の実施の可否、(2)「弁当の日」の実施学年について、(3)「弁当の日」の子どもたちの様子について、の3項目について保護者より、意見・感想などの記述を収集した。

アンケート用紙は児童を通じて配布回収する形式で行った。集計評価は割合で示し、未回答は母数には含まず集計した。記述は上記の3項目別に代表的な意見・感想を抜粋して本報告の結果に提示した。

### 3 結果及び考察

#### 3・1 「弁当の日」当日の様子

3年生が自作の弁当を楽しく食べる様子である（写真1）。また、6年生が持参した弁当を紹介する（写真2）。



写真1 3年生が自作のお弁当を楽しく食べる様子



写真2 6年生が持参した弁当（抜粋）

#### 3・3 アンケート調査

屋島東小学校の家庭数は142件（児童数は155名）で、回収数136件、95.8%の高い回収率であった。

### 3・3・1 選択項目の回答と考察

#### (1) 「弁当の日」の実施の可否

「弁当の日」の実施の可否についての項目では、大変良いが39.7%、概ね良いが50.0%、その他問題ありが4.4%、どちらでもないが5.9%であった。「弁当の日」を実施したことについては肯定的な意見が約9割と高く好評であった。

#### (2) 「弁当の日」の適正な実施学年

「弁当の日」の適正な実施学年についての項目については、全学年が63.2%、5～6年生の高学年が25.0%、3～4年生以上が11.8%であった。これらのことから当時の屋島東小学校では「弁当の日」の実施について保護者は肯定的な認識が高い比率を占め、事前の情報提供及び「弁当の日」の提案者の竹下和男先生を招聘し、丁寧に情報提供したことが大きく影響したと考えられる。竹下先生の講演内容でもあったように、実施学年は高学年が適正であり、事前に家庭科で包丁の使用や料理の基礎技術を家庭科の授業で学習させておき、保護者の理解を浸透させることが前提条件である<sup>2)</sup> ことが必要と考えられた。

しかし、保護者のアンケートのコメントでも適正な実施学年が5～6年生の高学年が25.0%、全学年が63.2%であったことは意外であった。これは高松市管轄の学校が独自に全学年実施のマイランチ（給食の代わりにお弁当を持ってくる活動）を並行して実施していたことも大きく影響していると考えられる。ここではマイランチは児童自らすべての工程を実施して弁当を作る縛りはなく、手伝う程度も可能というハードルが低い企画であり、今回の「弁当の日」の様な弁当の内容決定や買い物、料理、後片付けのすべての工程を児童が出来る限りする「弁当の日」とは異なる。しかし、関連した行事が組み込まれていたことが、各家庭の保護者の「弁当の日」の実施の理解にも繋がっていると考えられた。

### 3・3・2 意見・感想の記述式回答

#### (1) 「弁当の日」の実施 <回答1>

「弁当の日」の実施については、賛否両論の意見があったため、主に肯定的な意見・感想と主に否定的な意見・感想に分けて紹介する。

##### 【主に肯定的意見・感想】

- ① こういう機会がないと、なかなか料理をさせてみよう、と思うことがなかったので、とても良いと思います。
- ② 普段、自分自身が当たり前を受けていることを、自分ですること、考え方やとらえ方が違ってくるように思う。

- ③以前までは、子どもの包丁なので、柔らかめのものしか切らせませんでした。ポテトサラダの準備で、じゃがいもを切らせてみると、1つ目は手こずったものの、2つ目からサクサクと上手に切れていました。翌日の夕食準備（にんじん切り）も自ら手伝って、切り幅を均等に切れていました。
- ④子どもが料理に興味を持って、挑戦するのはいいことだと思います。何気なく食べている料理が、どんな風に作られているのかを知ると、あまり残したりしなくなり、苦手なものも食べようとしてくれるようになりました。「お弁当の日」は、いいチャンスの日だと思います。
- ⑤2年生男子です。前日の買い物から料理まで、一緒に取り組みました。前日のおかず作り、早朝の仕上げまで時間がかかりましたが、本人は楽しくて仕方がないようでした。
- ⑥まだ、低学年なので、キャラ弁とか、かわいい弁当とか作ってほしいと、ねだられるのですが、上の子2人（高校生）の弁当を作っているため、手間のかかる弁当は大変です。前回のように入園参観で仕事が休みの日だと、非常に助かります。
- ⑦マイランチの手紙をもらってすぐ、親子で紙にメニューを絵で描き考えたり、子ども用に小さなフライパンを買ったり（家にあるものが古くて、焦げ付きやすかったため）前日に二人で買い物に行き、当日も、はりきって全部自分で作りました。次は、もう少し、手の込んだ物が作りたいようです。親子でとても楽しい時間が持てたと思います。またしてほしい。
- ⑧ふだん、出されたものをおいしく食べているだけでしたが、自分でメニューを考えたり、材料をメモしたりして、作ることに少しは興味を持ってくれたようですので、とても良かったです。
- ⑨食事を作ることによって、どれだけ時間がかかるか分かるし、自立心にも役立つと思います。
- ⑩給食のように、バランスよく栄養をとれるとは思えないし、あたたかい食事ではないので、あまり、回数を増やすのは、賛成でない。
- ⑪思い切って実施したことがとても良かったと思います。自分で料理する「キッカケ」作りになりました。これを機に、「生きる力」が育つこと信じています。ただ、親の理解の度合いが、どの程度まで浸透しているのか……これが、継続のカギとなるので、少し心配です。
- ⑫いかフライの下ごしらえ（小麦粉・卵・パン粉）をしてくれました。やっぱり、自分の手をかけたもののおいしいのか、今まで、あまり食べなかったのに「一番おいしかった」と言いました。自分でした方がいいと親は思ってしまうがちですが「できる」「しようとする」ことは、まかせようと思いました。
- ⑬朝、忙しくてバタバタしたけど、季節が寒いので、前の夜から、作り置きもしました。
- ⑭お弁当ができるまでの過程を実施することで、計画性や手順・予算を通じて、いい社会勉強ができると思います。
- ⑮いつもおいしい給食をいただいています。が、「お弁当の日」は、自分たちもお弁当作りに参

加することで、給食を作って下さる方や、家族にも「毎日、食事を作ることの大切さ」を感じ取ったのでは、ないでしょうか。

- ⑯これを機に台所に立った子もいるようです。「やってみたら、おもしろかった」という意見もあったようなので、保護者とうまく連携して、食について考えることを続けられたらいいと思います。

【主に否定的な意見・感想】

- ⑰食育に関する事なので、だいたい良いと思うが、仕事をしている母親にとっては、負担にならないのだろうか。
- ⑱両親ともに働きに出ている中で、朝、早く、出勤する人にとっては、難しいです。(親がいなくなってからは、火などの後始末が、不可能ですので)朝の少しの時間では、とてもじゃありません。
- ⑲給食のほうが、栄養的にもバランスがいいし、マイランチはないほうがいい。
- ⑳もうしないでください。
- ㉑参観の時、他の子と見比べる人がいたようなので、それは、子どもにとってどうなのでしょうね？作れなかった子どもからしたら、カンジ悪く思いますよね。参観の必要はないと思います。朝忙しいので、やめてもらいたい。

(2)「弁当の日」の実施学年 <回答2>

- ①実は、今まで包丁も持ったことがなかったのですが、時間をかけながら、野菜も切ることができました。今回は揚げものも一緒にチャレンジ。2年生でもできることはたくさんあります。全校生の実施でよいと思います。
- ②小さな学年の子も作ることが好きな子は、どんどん挑戦したらいいと思うし、苦手な子は、少しずつで良いと思います。食事を楽しめるのは、すてきなことです。
- ③1年生だからできない！って事は絶対はないので、1年生の時からの方が、いつも、お母さんがご飯作る大変さをわかってもらえると、「ご飯を残さず食べる」「作ってもらえるのが当たり前ではなく、お手伝いできる」事につながるかなと思います。
- ④出勤前の慌ただしい時間帯に、低学年の子どもが火を使うのは、目を離せず大変でした。3年生くらいからでいいのでは？とったりしました。
- ⑤ある程度、器具を使いこなせられる学年がするべきだ。低学年では個人差がまだあると感じる。
- ⑥1年生と4年生の姉妹ですが、協力して作っていたので全学年での実施がよかったと思います。
- ⑦低学年でも少しずつでもできることはあるから、自分で選んだ自分の好きなおかずがあるのはうれしいし、楽しめることだと思う。

- ⑧できる範囲で、やれることだけでも刺激になった様子で、全校生での実施がよい。
- ⑨全校生が一ヶ月に一回位「お弁当の日」があればいいのかなと思いました。母親と協力し、兄弟そろってのお弁当作りは、いい思い出になることでしょうね。
- ⑩朝の忙しい時間に、中・低学年（そしてその保護者）には大変だと思います。2・3時間目の休み時間を利用して、高学年の弁当の見学会をし、自分もやりたいと思う心を育てる方がいいように思います。その気持ちが、家庭で余裕のある時間に練習をかねて、台所に立つ（＝家族とのコミュニケーション）事に繋がると思います。
- ⑪1年生だから無理、とかではなく、おかずを何にしようとか、低学年でも、親子のコミュニケーションがとてもとれる機会だと思います。

### (3)「弁当の日」の実施時の子どもの様子 <回答3>

- ①玉子焼きを作りましたが、翌日の朝も自分で作って朝ごはんに食べていました。自分で意欲を持ってしてくれたので、とてもうれしかったです。
- ②実施日の前日が休日のため、ゆっくりと買い物や作業の準備ができた。材料がいたみやすい時期は、しないほうが無難だと思う。こどもは終始楽しんで前向きに取り組んでいた。刃物の持ち方も気をつけていたし、親子のコミュニケーションも深まったと思う。
- ③自分で作ったお弁当は、格別においしかったそうです。
- ④早起きになりました。自分で作った玉子焼きを朝食に、全員で食べました。「おいしい、上手」と言ってもらえて、うれしそうでした。
- ⑤朝早くから起きて、自分でホーレン草を、お鍋にお水を入れてから作る、気に入ったおかずを自分が焼くと、すごい活躍でした。いつもより、うれしそうに学校に行きました。
- ⑥どんなお弁当にするか考えるのも楽しそうでしたし、朝も早くから自分で起きて、全種類、手伝ってくれました。いろいろなことに興味がわき、積極的にやってくれました。登校のための準備もさっとこなして、元気に登校してくれました。文字通り「お弁当の花」が咲いていて、見る方も楽しかったです。私が料理をしていると、よくのぞきにきていましたが、作り方にも興味がわいているようなので「作りたい」というのを待ちたいと思います。
- ⑦きれいに仕上げることはできなくても、充実感いっぱいのお弁当。私一人がつくるものより、ずっと楽しみで、おいしかったようです。自分でもできるという自信もできて「お手伝いしたい」と言ってくれます。「自分でつくるお弁当」続けて行くことで新しい発見があるのではないかなと思う。
- ⑧当日の朝、早起きすることは、あきらめていたようです。前日夜、ほぼ、自分で作っていました。完成した弁当の見た目は正直よくありませんでしたが、よく頑張っていたと思います。父親にもほめられてうれしそうにしていました。

- ⑨楽しそうにお弁当作りをしていました。初めて玉子焼きを作ったのに、上手に巻いたりできて、意外にできることに驚きました。いつも通りに起きてきたのに、テキパキと仕度して、お弁当を作って、すごく、ご機嫌で、学校に行きました。
- ⑩前日からとても楽しみにしていたようで、「おかずは何にする？」などを考えていました。食に対する関心を深めることに繋がったり、自分でできるということに気づいたりする、とても良い機会だと思います。
- ⑪前日から本見て、買い物をして、楽しみにしていました。6時には起きて、意外？と手際よくできることにびっくり！お父さんと、姉の3人分を、完成させました。
- ⑫数日前から、どんなお弁当にしようか考え「デザイン画」まで書きました。キャラ弁にしたということ、どの色は、どの食材を使うかを一緒に考え、前日に、買い物に行きました。できることは、自分でし、すごく達成感があったのではないのでしょうか。
- ⑬前日の夜、下ごしらえをして、当日、早起きをして、お弁当作りをしていましたが、なかなか、手際よくできていたと思います。登校するとき、すごく、いきいきしていました。
- ⑭何事も経験が大事。一つの行事として、楽しそうに取り組んでいました。
- ⑮前日に、キャラ弁のご飯の味や、顔を作るための、のり、ハム、チーズのカットを、数時間かけて練習していました。当日は、練習したかいがあって、上手にできていました。
- ⑯今度ゆっくりと「ぎょうざとハンバーグ作りたいなぁ～」と、お料理に興味を持ち始めました。
- ⑰前回の「マイランチの日」のお友達のお弁当作りの様子を聞いて、「自分ももっとできることを増やしたい」と意識するようになって、早くから自分でアイデアを出して、相談しながら、自分でできる弁当を作るように工夫した。親子で食を考えるいい機会になった。
- ⑱参観に来られたお母さんに「全部作ったの？」と聞かれ、テレもあったのか「半分だけ」と答えたそうです（笑）がんばって作ったのに、恥ずかしかったのかな、朝からがんばって作ったお弁当を、家族みんなで「すごい！！」と誉めたときの満足顔は、最高でした。
- ⑲自分で買い物させ、「賞味期限 check」「量のみきわけ」「原材料表示」を見ることを伝えるいいキッカケになりました。本人も、一歩、大人になったような気持ちで、はりきって買い物をしていました。本を購入して、一度自分で作ってみるというリハーサルもやっていました。この「予習」が素晴らしい！野菜と肉のバランスなどに興味があるようで、そういう観点からも、友達の弁当箱をのぞいていたようです。
- ⑳前日より絵を描いてシミュレーションしていました。父親とも、メニューの話で盛り上がっていて、コミュニケーションできていました。男の子なので、一緒に料理することはとても楽しかったです。
- ㉑やっぱり早めから緊張しているのか月曜日なのに金曜日から買い物に行こうとか全部自分で作らないと……と、子どもにとっては大きな勉強・課題になったと感じました。良いことだ

と思います。

- ㉒これをキッカケに、ごはん作りのお手伝いを、積極的にしてくれる子がいて、助かります。お料理の楽しさが伝わったようです。自分オリジナルのお弁当に、うれしそうでした。
- ㉓自分でなければいけないという責任感で、早起きできてよいと思う。
- ㉔朝早く起きなければいけないといい、早く寝た。顔つきが生き生きしていた。タコ・カニとウインナーの切り方に興味を持ち、上手にできるようになった。また、作りたい！と言っています。
- ㉕楽しみに思っているのか、朝早く起きてくるのでよい。
- ㉖朝は、本当に忙しくバトルでしたが（笑）とても楽しいそうに、お弁当作りがんばっていました。米を研いだり、食器を洗ったり、わが家では本当によく手伝ってくれます。
- ㉗自分で作った弁当で、達成感を感じていた。
- ㉘「朝は忙しいから、早く起きるんだ」と早めに床につきました。早朝より、兄弟で役割分担をし、それなりにお弁当作りを楽しんでいたようです。以後、夕食作りにも参加するようになりました。5年生の教室では、「これどうやってつくったの」と友達のお弁当をのぞき込み、詳しく調理方法を聞いていたのが印象的でした。
- ㉙朝、起さなくても自分で早くから起きて、楽しそうに作っていたのでとても良かったと思います。お弁当というと親が作るものといった考えでしたが子どもと一緒に作るのもいいなと思う。
- ㉚かなり、いやそうにして、イライラしながら、手伝っていたので、次回が苦痛。
- ㉛親が起こさなくても、自分で早起きができていた。目的があるので、着替えなどの行動が、早く楽しそうだった。
- ㉜自分の作ったものは一段と、おいしいと気づかされたようです。
- ㉝インターネットで、お弁当について調べ、自分で、おかずやおにぎりの絵で作り方を書き、計画的に作っていました。

### 3・3・3 意見・感想の記述式回答からの総合的な考察

記述回答は173回答得られ、本報告の上記の結果に代表的な記述を抜粋し明記してある。これらの保護者の意見を整理し総合的に考察した。（ ）は、意見・感想の記述式回答（3・3・2）で示した記述の番号である。

保護者の意見としては、弁当作成は時間がかかるため（＜回答1＞㉑、㉒参照）、朝余裕がある土曜日実施等の様に平日ではないときに実施希望（＜回答1＞㉖参照）とする意見、何回も実施することの拒否感（＜回答1＞㉑、㉒参照）など、母親の就業の有無等の各家庭の事情（＜回答1＞㉗、㉘参照）によると思われる実施に否定的な意見も173回答中13回答あった

(〈回答1〉⑩、⑰、⑱、⑲、⑳、㉑、〈回答2〉④、⑤、⑩、〈回答3〉⑳) 参照)。

その他の92.5%を占めた160回答は、肯定的且つ発展的な意見が多く寄せられ、子どもが積極的に関与(〈回答1〉⑧参照)して時間はかかるが事前に家庭内で作戦会議を開くなど事前準備(〈回答1〉⑦、〈回答2〉⑪、〈回答3〉⑫、⑰、⑲、⑳、㉑参照)も含めて家族で子どもの成長を楽しみながら実施(〈回答1〉⑭、〈回答3〉①、⑫参照)した意見や積極的に今後も参加したい意見など、肯定的な保護者の意見が集約できた。

実施学年に対する結果は竹下先生の実践では先ずは高学年からの実施が適正であるとの報告<sup>1,2)</sup>もあるが、今回、全学年実施が良いが半数を超えたことは意外であった。家庭科の授業で調理実習をしている高学年からという意見では、(〈回答2〉⑩参照)ガスなどの火を使うこと、包丁での怪我の心配など(〈回答1〉②、③、④、⑤参照)、想定内の意見があったものの、低学年でもできる所から関与させたいという意見(〈回答2〉①、②、③、⑦、⑧参照)が多く、子どもの自主性と調理器具の馴れなどに応じた対応をすればよい(〈回答1〉③参照)の記述回答はよく理解できる。

「弁当の日」の当日の様子は、早起きできる子は早起きして(〈回答1〉⑨参照)できない子は前の晩におかずを作るなど(〈回答1〉⑤参照)工夫して対応していること、メニューも絵を描いてシミュレーションしたり(〈回答3〉⑰、⑳参照)、父親と弁当でコミュニケーションが持てたり(〈回答2〉⑪、〈回答3〉②参照)、子どもたちが自主的に積極的に実施したことが垣間見えるコメントが多かった。特に子どもたちが嬉々として「弁当の日」を実施している様子(〈回答1〉③、⑦参照)であったことは、やってみたら面白かったときかけ作りになったこと(〈回答1〉⑯、〈回答2〉③、③-⑯、⑰、㉒、㉓参照)、竹下先生が講演で話した様に、子どもながらに実際に自分でメニューを決めて買い物をしてその準備をして料理して弁当箱に丁寧に詰めて、学校で見比べながら楽しくたべた経験は大きいと考える。これは子どもたちの食に対する自立のサポートになりうる意識改革(〈回答1〉②、⑤参照)になったと、アンケート結果からも推察される。

竹下先生の経験(講演内容)では、この「弁当の日」の経験の有無で、成人式に集まった卒業生が自炊をしているか否かを聞いた結果は、「弁当の日」未経験者は自炊率が低い、「弁当の日」経験者はほとんどが自炊をしていることが判明し、本「弁当の日」の企画により、自分で料理ができる経験や自信が、その後の食生活に大きく影響していることを示唆している。本企画に賛同して協力してもらった屋島東小学校の卒業生の方たちへの今後の食の自立について情報収集を続け、その後の状況を追跡することも重要と考える。

一方、「弁当の日」の実施に対してネガティブな意見の保護者の声もあることは事実であり、また、子どもたちも料理に興味がない子もいて、親頼みになるため(〈回答3〉⑳参照)、このような企画は、親の負担になるため実施してほしくない(〈回答2〉⑫、⑰参照)といった

意見もあり各家庭の環境や意識に大きな違いがあることが垣間見られた。これは各家庭での朝のタイムスケジュールの差（＜回答1＞⑰、⑱参照）や料理に対する関心度合いの違い（＜回答1＞⑩、⑲参照）が反映している可能性があると考えられるが、将来的な視点から見ると小中学生の期間で、食育の充実を図れば食に対する関心や料理の行程で技術が必要なこと様々な段取りが必要なこと並びに時間がかかることの体験（＜回答1＞⑦、⑨、＜回答3＞⑮、参照）を通じて自己達成感を感じてうれしそうであり（＜回答3＞④、⑦、⑨、⑬、⑭、⑱、⑳、㉒参照）、美味しい料理を作ってくれる親の苦労や愛情が「弁当の日」の実践で子どもなりに実感でき（回答1-⑰参照）、更にその過程を楽しむことが出来れば、自分で作れば美味しく感じる（＜回答1＞⑫、＜回答3＞③、⑦、㉓参照）等、毎日の料理などの家事の重要性に気づき（＜回答3＞⑩参照）、感謝の心を育み、その結果早起きをするようになり、親の家事の手伝いをする方向に展開（＜回答3＞①、④、⑦、⑪、㉒、㉔、㉕参照）することに繋がる可能性があるのではないかと、今回の「弁当の日」の実践アンケートの保護者の生の声を読み解くと強く感じた。

また、保護者は子どもたちの食の実践に関する可能性について、過小評価していると考えられる。それは食事作りに伴う、包丁で切ること、ガスなどの火を使うこと等の調理に伴う危険性について過度に心配し、将来自炊を自立する際に必要であることを承知で危険な作業を子どもたちに実施させていないことが背景となっていると考えられる。保護者が避けている理由には危険性ととも片付けの作業も含めて調理の時間がかかること、自分でした方が効率的といった保護者の考えが日ごろから子どもに伝わさない状況になっていると推察される。しかし、今回の活動を実施した際に子どもたちは低学年でも喜々として実施し、自分で弁当作りができた達成感や自分の弁当の企画が自己実現できたことの充実感により、楽しんで「弁当の日」を学習・実施していたと考えられる。この親子の意識の違いが今回の活動で明確になった事実である。

また、我々も含めた保護者達は新たな我が子の数多くの成長や可能性を発見した。これは竹下先生の実践活動を裏付けた結果になるとともに、食のみならず親への感謝の気持ちなど多面的な波及効果が示され、改めて今後の本活動の展開について期待したい。

#### 謝辞

本報告に賛同し協力していただいた当時の高松市立屋島東小学校の教員関係各位並びに児童、保護者各位に厚く感謝する。また、本企画調査は平成23（2011）年度高松市の『『食育』で心と体いきいき事業』の補助金により実施され、高松市の関係者一同に感謝する。

#### 参考文献

- 1) 竹下和男「『弁当の日』がやってきた、自然食通信社、152pp（2003）
- 2) 竹下和男「『弁当の日』で何が育つ、食育最前線『弁当の日』、少児歯科臨床15（6）2-9（2010）